

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ «ЭКОНОМИЧЕСКИЙ ЛИЦЕЙ»

УТВЕРЖДАЮ:

Директор Н.В. Колмыкова  
Приказ № 265 – Од от 01.09.2021

**МЕНЮ**  
**01 октября 2021 года**  
**Возрастная категория: 7-11 лет**

| Прием пищи<br>Неделя 1<br>День 5 | Наименование блюда           | Вес<br>блюда | Калорийность<br>блюда |
|----------------------------------|------------------------------|--------------|-----------------------|
| Завтрак                          | Бутерброд горячий с ветчиной | 75г          | 302,206               |
|                                  | Суп молочный с рисом         | 250г         | 144                   |
|                                  | Какао с молоком              | 200г         | 195,71                |
|                                  | Сок "Любимый"                | 200г         | 36                    |
| Итого за завтрак                 |                              | 725г         | 677,916               |
| Обед                             | Огурцы натуральные           | 30г          | 3,5                   |
|                                  | Помидоры натуральные         | 30г          | 6,9                   |
|                                  | Рассольник "Ленинградский"   | 250г         | 149,6                 |
|                                  | Гуляш из говядины            | 100г         | 276,28                |
|                                  | Рис припущенный              | 150г         | 215,05                |
|                                  | Кисель из облепихи           | 200г         | 85,07                 |
|                                  | Хлеб пшеничный               | 30г          | 67,59                 |
| Итого за обед                    |                              | 640г         | 803,99                |
| Полдник                          | Йогурт                       | 200г         | 84,39                 |
|                                  | Корж молочный                | 75г          | 146,32                |
| Итого за полдник                 |                              | 275г         | 230,71                |

Повар



С.В. Катрич

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ «ЭКОНОМИЧЕСКИЙ ЛИЦЕЙ»

УТВЕРЖДАЮ:

Директор  Н.В. Колмыкова  
Приказ № 265 – Од от 01.09.2021

**МЕНЮ**

01 октября 2021 года

Возрастная категория: 12 лет и старше

| Прием пищи<br>Неделя 1<br>День 5 | Наименование блюда                    | Вес<br>блюда | Калорийность<br>блюда |
|----------------------------------|---------------------------------------|--------------|-----------------------|
| Завтрак                          | Макаронные изделия отварные           | 150г         | 211,1                 |
|                                  | Чай с лимоном                         | 200г         | 59                    |
|                                  | Хлеб пшеничный                        | 30г          | 67,59                 |
| Итого за завтрак                 |                                       | 380г         | 337,69                |
| Обед                             | Салат из моркови с зеленым горошком   | 100г         | 123,76                |
|                                  | Суп картофельный с рыбными консервами | 250г         | 192,75                |
|                                  | Котлета "Особая"                      | 105г         | 309,27                |
|                                  | Капуста тушеная                       | 200г         | 174,32                |
|                                  | Кисель из смородины                   | 200г         | 85,07                 |
| Итого за обед                    |                                       | 855г         | 885,17                |
| Полдник                          | Йогурт                                | 200г         | 84,39                 |
|                                  | Печенье весовое                       | 40г          | 166,3                 |
| Итого за полдник                 |                                       | 240г         | 250,69                |

Повар



С.В. Катрич